

## おくすり Q&A

### 新しい抗うつ薬について

2026年3月におよそ6年ぶりとなる新しい抗うつ薬「ザズベイ®カプセル」が発売されました。従来の抗うつ薬と異なる作用メカニズムをもち、効果が現れるまでの時間や服用期間に特徴のあるお薬です。



#### Q. どのような働きをもつお薬ですか？

A. 従来の抗うつ薬が主に脳内で不足した神経伝達物質を補充する働きをもつお薬であることに對して、ザズベイ®カプセルは神経の働きや神経ネットワークを保護する「アロプレグナノロン」という物質に似た働きをもち、**うつ病で崩れた脳内の神経ネットワークのバランスを直接整える**とされています。

#### Q. 効果がでるまでに、どのくらいかかりますか？

A. 国内で行われた臨床試験の結果、ザズベイ®カプセルは**服用後3日目からうつ改善効果が認められた**とされています。既存の抗うつ薬は効果が現れるまでに通常2～8週間かかるとされることから、ザズベイ®カプセルは従来のお薬よりも短期間で効果が現れる抗うつ薬といえます。

#### Q. どのくらいの期間服用しないといけないのでしょうか？

A. ザズベイ®カプセルは通常、**1日1回1カプセルを14日間継続服用**するお薬です。14日間服用した後は、少なくとも6週間はザズベイ®カプセルを中止して症状の経過を観察します。薬の再開については症状の有無や体調に応じて医師が判断します。

#### Q. 服用時に注意することはありますか？

A. 空腹時はお薬の吸収が悪くなるため、通常は夕食後に服用するよう定められています。眠気やめまいなどの副作用が報告されていることから、自動車の運転や危険を伴う機械の操作は避ける必要があります。アルコールとの併用で認知機能の低下が報告されていることから、服用期間は飲酒を控えることが望ましいとされています。



うつ病の治療薬に限らず、毎年様々な分野で新しいお薬が開発、発売され、治療の選択肢が増えています。一方で使用方法が複雑であったり、日常生活で注意が必要になったりするお薬も増えています。お薬をもらう際に医師・薬剤師からきちんと説明を受け、指示を守って正しくお薬を使用するようにしましょう。

執筆薬剤師 赤澤 真

# わたしの健康とくすり

第368号



## 今月の内容

- ・疾患シリーズ 脊柱管狭窄症について
- ・ちょっとお耳を…… 鼻づまりのセルフケア
- ・おくすりQ & A 新しい抗うつ薬について

2026年9月発行

発行者 八王子薬剤センター 橘 隆二  
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

## 脊柱管狭窄症について

脊柱管狭窄症とは、背骨の中心にある脊柱管（神経の通り道）が狭くなることにより、神経が圧迫されて様々な症状がでる疾患です。多くは、加齢による骨の老化や変形により引き起こされますが、生まれつき脊柱管が狭い方は若年者でも発症することがあります。

頸部に発症した場合は手足の痺れ、腰部に発症した場合は下肢の痺れや排尿障害等が症状として現れます。腰部脊柱管狭窄症では歩くと痛みや痺れを感じますが、少し休むとまた歩けるようになる間欠性跛行が特徴的です。まれですが、胸部に発症した場合は歩行中に両足が重く感じる等の症状が現れます。



### 【治療法】

①薬の内服 痛みや痺れを改善する薬が使用されます。

◆オパルモン®(一般名 リマプロスト)

神経が圧迫されて血流が悪くなることによって引き起こされる痛みや痺れを、血流を良くすることにより改善します。

◆リリカ®(一般名 プレガバリン)、タリージェ®(一般名 ミロガバリン)

神経の興奮を抑えることにより痛みや痺れを改善します。

◆ノイロトロピン®(一般名 ワクシニアウイルス接種家兎炎症皮膚抽出液)

痛みを抑える神経の働きを高め、かつ、末梢の血流も改善します。

治療で使用する薬を一部、上記にあげましたが痛みが強い時は NSAIDs（非ステロイド性抗炎症薬）を用いることもあります。

②ブロック療法

神経や、神経の近くに局所麻酔薬やステロイドを注射することで、痛みを緩和します。

③運動療法

体幹を鍛え、正しい姿勢を保つことで腰への負担を減らします。また、お尻や股関節周りの筋肉を柔らかくすることで筋肉の可動域を広げ、日常生活の動作の負担を減らします。運動療法は①薬の内服と②ブロック療法とあわせて行うこともあります。

④手術

神経を圧迫する原因（肥大した黄色靱帯や圧迫している骨）を取り除く除圧術があります。加齢により背骨が不安定な場合は、除圧により原因を取り除いた後ボルトを使用した固定術を行うこともあります。現在は内視鏡の普及により小さな傷口で手術することも可能になってきました。

★手足の痺れ、痛みは脊柱管狭窄症のみで起こる訳ではありません。自己判断せず違和感を覚えたら受診をしましょう。

執筆薬剤師 林 佑季

## ちょっとお耳を……

## 鼻づまりのセルフケア

Q. 鼻づまりの原因は何ですか？

A. 鼻づまりの多くは、風邪や花粉症などで鼻粘膜が腫れたり、鼻水が増えたりすることで起こります。他には、副鼻腔炎や鼻中隔の湾曲などが原因となることもあります。鼻づまりが続くと息苦しくて物事に集中できなかったり、睡眠不足に陥ったりと日常生活に影響を及ぼすことがあります。



Q. 鼻づまりに効果がある点鼻薬の成分はありますか？

A. <急な鼻づまりをすぐに解消したい場合>

→血管収縮成分を含む点鼻薬がおすすめです。一時的に鼻の粘膜の腫れをひかせ、すぐに効果が出るタイプです。即効性がありますが、使いすぎるとかえって鼻粘膜が腫れ、鼻づまりが悪化することがあります。長期連用は避け、添付文書で決められた日数を使用しても改善しない場合は使用を中止してください。

<くしゃみや鼻水などアレルギー症状がある場合>

→抗炎症作用のあるステロイド成分、抗ヒスタミン成分を含む点鼻薬がおすすめです。アレルギー性の炎症を抑え、鼻水・鼻づまりを改善するタイプです。血管収縮薬のように使ってすぐに効くわけではありませんが、添付文書どおりに使用することで、アレルギーによる鼻粘膜の炎症を抑えます。



Q. 自宅で簡単にできる鼻づまりの改善方法がありますか？

A. ○鼻を温める

鼻の周囲を温めることで、鼻が通りやすく感じることがあります。熱すぎない蒸しタオルを用意し、鼻の周囲に当ててください。この際、長時間当てず、やけどしないよう注意してください。

○部屋を加湿する

空気が乾燥すると鼻の粘膜が乾いて鼻づまりが起きやすくなるため、湿度は50～60%を目安に保つようにしましょう。加湿器の使用のほか、濡れたタオルを部屋に干すことも効果的です。

○寝る姿勢を変える

仰向けの姿勢だと鼻づまりが悪化しやすいため、枕を使い上半身を少し高くして寝たり、詰まっている方の鼻を上にして横向きで寝ると和らぐことがあります。

○お酒を控える

アルコールには血管を拡げる作用があり、飲酒をすると鼻の粘膜が腫れて、鼻づまりが悪化することがあります。鼻づまりがある時は飲酒を控えるかいつもより量を減らしましょう。

今回は鼻づまりの原因やセルフケアについて紹介しました。鼻づまりの症状が2週間以上治らない、片側だけ続く、鼻血を繰り返す、顔や歯の痛みを伴う場合などは早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう。

執筆薬剤師 根岸 世利那